

ABSTRAK

Khairul Amri (2020) : Hubungan Daya Tahan Kecepatan dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Tendangan Sabit Atlet Pencak Silat Tangan Mas Kota Padang

Masalah dalam penelitian ini adalah lemahnya kemampuan tendangan sabit atlet pencak silat Tangan Mas Kota Padang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan daya tahankecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan tendangan sabit atlet pencak silat Tangan Mas Kota Padang.

Jenis penelitian adalah korelasional. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh atlet pencak silat Tangan Mas Kota Padang yang berjumlah 40 orang atlet. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive *sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah 20 orang atlet putra. Instrumen penelitian dilakukan dengan tes terhadap ke tiga variabel : 1) Daya tahankecepatandites dengan tes daya tahan kecepatan tendangan sabit, 2) kelincahan dites dengan menggunakan *illionis agility test*.3) Kemampuan tendangan sabit dites dengan tendangan sabit dengan target. Data dianalisis dengan korelasi *productmoment* dan korelasi ganda dengan taraf signifikan $\alpha = 0.05$

Berdasarkan analisis data diperoleh hasil :1) Daya tahan kecepatan memberikan hubungan terhadap kemampuan tendangan sabit atlet pencak silat Tangan Mas Kota Padang sebesar 38.05%. 2) Kelincahan memberikan hubungan terhadap kemampuan tendangan sabit pencak silat Tangan Mas Kota Padang sebesar 25.57%. 3) Daya tahan kecepatan dan kelincahan secara bersama-sama memberikan hubungan terhadap kemampuan tendangan sabit atlet pencak Tangan Mas Kota Padang 86,06%.

Kata Kunci : Daya tahan kecepatan, Kelincahan, Kemampuan tendangan sabit